प्रथमावृत्ति प्रतिया २५,०००.

आजका अंकका वघारा.

ॐ

मनुष्यके योग्य कुदरती खुराक.

लेखक

छगनलाल त्रि. परमानन्ददास नाणावटी

(भूतपूर्व डिस्ट्रिक्ट वेटरीनरी ऑफिसर स्व. जूनागढ़, वर्तमान आसिस्टंट मैनेजर, श्री जीव दया ज्ञान प्रसारक फंड, बंबई.)

प्रसिद्ध कर्ता

लल्लुभाई गुलाबचंद वेरी,

ऑनरेरी मैनेजर,

श्री जीव दया ज्ञान प्रसारक फंड,

३०९ सर्राफ बाजार, बंबई. नं. २.

श्री जीव दया ज्ञान प्रसारक फंड.

(सन् १९१० में स्थापित हुआ.)

उद्देश.

(१) हिन्दुस्थानमें हर रोज जो लाखों जीव कत्ल किये जाते हैं उसमें कमी कराना.

(२) "मांसाहारसे ज्यादा खर्च होता है, दुःख दर्द पैदा हो जाते हैं, शराब के ऐसे व्यसन लग जाते है और वनस्पतिके आहारसे बहुत फायदे होते हैं, खर्च ज्यादा नही होता और तन्दुरुस्ती अच्छी रहती है," इस तरहका शास्त्रीय ज्ञान लोगोंमें फैलाना.

(३) इस कामके लिये इस तरहके मासिक पत्र, पुस्तिकाए, ग्रन्थ प्रसिद्धि पत्र आदि विलायतसे मंगवाना, बंबइमें छपवानां और उनके आशयका मांसाहारियोंमें प्रचार करना.

(४) वैद्यक शास्त्रके आधारपर उदाहरण और दलीले देकर दुनियापर मांसाहारकी हानियोंको सिद्ध करना और बिचारे गरीब मूंगे प्राणियोंकी होती हुई कत्लको कम करादेना.

इस फंडको मदद करना प्रत्येक दयालु पुरुषका काम है। इस लिये यथा शक्ति मदद करनेकी मैं प्रत्येक सज्जन गृहस्थोंसे प्रार्थना करता हूं।

फंडकी ऑफिस,
नं. ३०९, सर्राफ बाजार,
बंबई.

लल्लुभाई गुलाबचंद झवेरी,
ऑनरेरी मैनेजर.

प्रस्तावना-

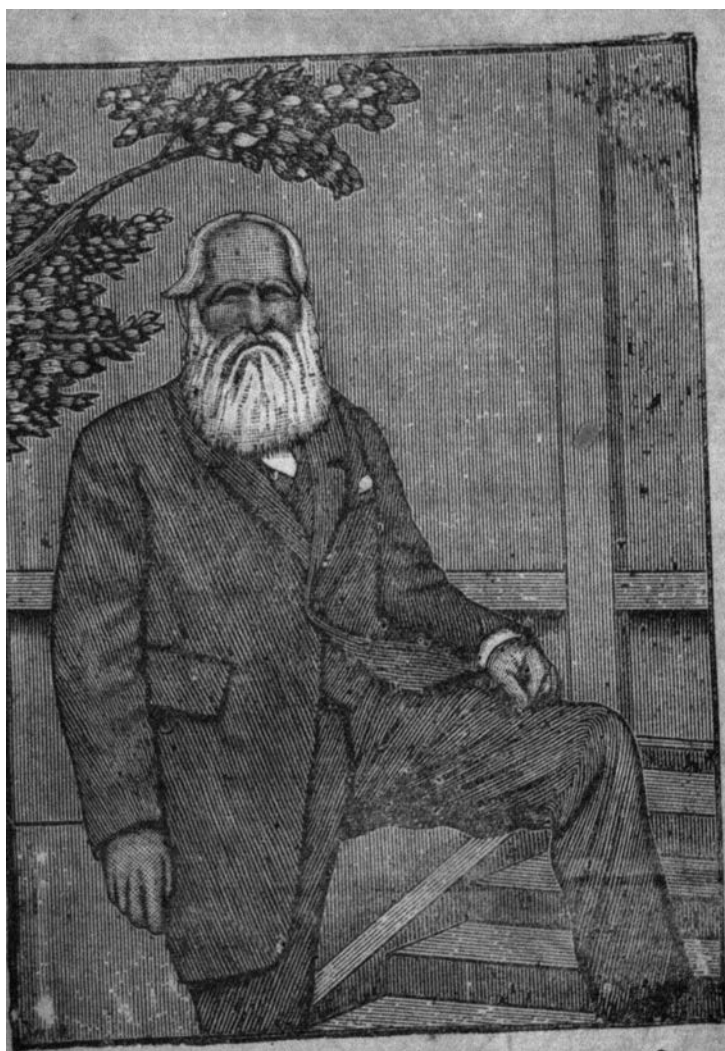
विज्ञानसे यह बात सिद्ध हो चुकी है कि बहुतसी बिमारीयां मांसाहारसेही होती है। जो बिमारियां विशेषकरमां-साहारियोंमें होती हैं, प्राय: वनस्पतिकी खुराक खानेवालोंमें नहीं होतीं। इतनाही नहीं. उन बिमारियोंका योग्य पथ्यही वनस्पति है ऐसा विद्वान् डाक्टरोंने निश्चय किया है। विद्वान् विज्ञानवेत्ताओंने यहबात कुछयोंही नहीं कहडाली. उन्होंने रासायनिक पृथक्करण करकरके खूब अनुभव ललेकर इस तरहका निर्णय किया है। उसका कुछ २ ज्ञान इस छोटीसी पुस्तकके पढनेसे हो जायगा। मांसाहारसे जब तन्दुरुस्तीमें बडा नुकसान पहुंचता है तब वनस्पतिका आहार तंन्दुरुस्ताको बडा लाभदायक है। यह सात्विक है, सुस्वादु है और किसी प्राणीके जीव लिये बिना प्राप्त होता है, एवं सस्ता मिलता है सो जुदाही। वनस्पतिके आहार करनेसे मनुष्योंका स्वास्था अच्छा रहेगा और हजारों जानें कसाइयोंके छुरेसे कत्ल न होंगी। इसका परिणाम यह होगा कि हमारे देशकी खेतिवाडकी उन्नती होगी। घी दूध सस्ते मिलेंगे और गरीब लोग भी इनका उपयोग करसकेंगे। देशकी शक्ति बढेगी। और सम्पत्ति ज्यादा पैदा होगी। हमारे मनुष्य बंन्धुओंको इसतरहका ज्ञान हो और वे वनस्पति आहारही करें इस उद्देशसे यह पुस्तक लिखीगई है और "जीव दया ज्ञान प्रसारक फंड" बंबईके ऑनरेरी मैनेजर सेट लल्लुभाई गुलाबचन्दजीने बिना मूल्य बांट-

देनेके लिये प्रकाशित की है। जिसे इस पुस्तककी अवश्यकता हो वह आध आनेका टिकट डाक महसूलका भेजकर मंगवालेवे। सेठजी घर बैठे पुस्तक भिजवा देंगे।

इस पुस्तकके पढ़ने वालोंसे मेरा एक निवेदन है कि यदि वे इस पुस्तकमें कुछ बढाने करनेकी सूचना देना चाहें तो अवश्य दें। अगली आवृत्तिमें उनकी सूचनाओंपर ध्यान देकर योग्य फेरफार किया जायगा.

इस पुस्तकके पढ़ने मांसाहारी भाइयोंके जीपर असर हो और वे मांसाहार परित्याग करदें तो कृपाकर अपना नाम मुजे लिख भेजें। मैं उनका बड़ाही उपकार मानूंगा. अन्तमें मैं अपने हृदयकी भावना प्रकट करता हूं कि इस पुस्तक लिखने और प्रकाशित करनेका परिश्रम सफल हो, जिससे मांसाहारी प्रजा फलाहारी हो जाय। वह अनेक दुखदर्दोंसे बचे और प्राणियोंकी जीवरक्षा हो।

श्री जीव दया ज्ञान प्रसारक फंड आफिस,
३०९, सर्राफ बजार,
बंबई, नं. २.

छगनलाल वि० परमानन्द दास नाणावटी
आसि. मै. श्री. जी. द. ज्ञा. प्र. फंड, बंबई.

कप्टन गोर्ड इ. डायमन्ड उसका वर्णन पृष्ट २६ पर लिखा है

समर्पण

अझीमगंजके नामदार राजा साहेब विजय सिंहजी बहादुर हझुर
मु. असीमगंज (बंगाले.)

नामदार साहेब,

जीव दया के लिये भांतिभांतिकी तरकीबें निकालकर आपने आपनी कीर्तिको फैला रक्खा है। जीवदयाका आन्दालन करनेवाले आप नामदार एक उत्साही महापुरुष हैं। आपने आपने उत्तम स्वभावके अनुकूल इस फंडके कायम करनेमें मेरी बड़ीही सहायताकी है। आप इस फंडके उत्तम सम्यति दाता हैं। आपके सद्गुणोंसे मोहित होकर यह पुस्तक आपकेही नामसे सुशाभित करता हूं। और आपकोही समर्पित करता हूं। आशा है कि आप इसे स्वीकार करके मुझपर कियेहुए उपकारोंमें वृद्धि करेंगे। जीवदयाके उत्तमोत्तम कामोंके शुभ फल देखनेके लिये, परमदयाल्लु परमात्मा आप नामदारको दीर्घायु: करे; आप सबतरह सुखी हों और आप नामदारकी सम्पात्ति दिनदूनी रात चौगुनी बढे: यही इस जनकी परमकृपाळु, परमात्मासे नम्र प्रार्थना है।

विनीत सेवक

लल्लुभाई गुलाबचंद झवेरी,
ऑन. मैनेजर.

३०९ सर्राफ बाजार,
बंबई नं. २
श्री. जी. द. ज्ञा. प्र. फंड.

निवेदन.

श्री जीव दया ज्ञान प्रसारक फंडको कायम किये अभी हमें बहुत साल नहीं गुजरे। हमने उसे सन १९१० मेंही कायम किया है। इस तीनही सालके भीतर इसकी बहुत प्रसिद्धि होगई है-इतनी कि जिसका खियालभी नहीं किया गया था। सारे हिन्दुस्थानमें इसका नाम फैल गया है। रा. रा. छगनलाल वि. परमानन्ददासजीके परिश्रमसे मांसाहारके विरुद्ध और वनस्पति आहारके पक्षमें वैद्यकके सिद्धान्तोको प्रकट करनेवाली पुस्तक तैयार हुई। उसकी ५०,००० पचास हजार प्रतियां (दो आवृत्तियोंमें) निकल चुकी हैं। अभीतक उसकी मांगें आरही हैं। हमारा इरादा था कि उसकी तीसरी आवृत्ति निकालें परन्तु यह सोचकर कि उस पुस्तकका काफी फैलाव हो चुका, व दुनियाके देखनेमें कुछ नई नई बातें और आवें तो अच्छाः ऐसा होनेसे दुनियाको ज्यादा लाभ होगा, हमने रा. रा. छगनलालजीसे यह पुस्तक लिखवाई है। इसमें बहुत कुछ बढ़ाया गया है, बहुत कुछ सुधार किया गया है और वहभी इस लिये कि मनुष्य सत्यका पक्ष ग्रहण कर वनस्पतिका आहार करे.

यह फंड इस बातकी कोशिश करता है कि हिन्दुस्तान भरमें मांसाहार होना बंद हो जाय । ऐसे बड़े कामके लिये धनकी बड़ी जुरूरत है। यह फंड दया और धर्मके विचारोंको दूर रख वैद्यक और विज्ञान—यानी डाक्टरी और साइंसके सिद्धान्तोंसे मांसाहारको हानिकारक सिद्ध करनेका यत्न करता है। लंडनके धी ऑर्डर ऑफ धी गोल्डन एज और रा. रा. लाभ शंकर लक्ष्मीदासजीकी सहायतासे यह फंड दुनियाके सन्मुख नये नये सिद्धान्तोको रखनेमें समर्थ हुआ है। अतएव ये धन्यवादके पात्र हैं।

इस फंडने जो पुस्तक पहले गुजराती भाषामें प्रकाशित कीथी वह नीचे लिखे हुए पत्रोंके पास समालोचनाके लिये भेजी गईथी, इन्होंने उसे बहुतही पसन्द किया । उसंपर अच्छी समालोचना लिखी। इतनाही नहीं, लोकोपकारके विचारसे बिना बंटवाई का खर्चा (Distributing charges) लिये अपने ग्रहकोंके पास भेज दी और हमसे डाक महसूलतक नहीं लिया । इस कृपाके लिये हम इनके कृतज्ञ हैं।

१ गुजराती पंच.
२ प्रजाबंधु.
३ पटेलबंधु.
४ विविध ग्रंथमाला (सस्तुं साहित्यवर्धक कार्यालय).

५ वैद्य कल्पतरु. — १० नागर विजय.
६ सत्संग. — ११ जैन समाचार.
७ कृषिविजय. — १२ फशोगर्द.
८ काठियावाड टाइम्स. — १३ दिगम्बर जैन.
९ सयाजी विजय. — १४ चिराग.

इस तरहकी पुस्तक अभीतक फंडने गुजरातीमेंही प्रकट की है। परन्तु उसे अनुभवसे मालूम हुआ है कि ऐसी पुस्तकोंकी मांगसिर्फ गुजराती जाननेवालोंकी ही नहीं है; हिन्दी, उर्दू, मराठी, अंग्रेजी आदि भाषा जानने वालोंकी भी है। वे भी उन २ भाषाओंके जानने वालोंमें ऐसी पुस्तकोंका प्रचार किया जाना अच्छा समझते हैं। फंडभी इस बातको उचित समझता है कि ऐसा होना ठीक है परन्तु फंडकी आर्थिकि स्थिति ऐसी नहीं है कि वह ऐसा करसके। अगर कोई दयालु सद्‌गृहस्थ इस कामको अपने सिरपर उठाना चाहता हो तो मेरी प्रार्थना है कि वह इस कामको आनन्दसे करे और यदि कोई हमें सहायता देना चाहे तो हमे सहायता दें हम धन्यवाद पूर्वक उनकी सहायताका उल्लेख पुस्तककी भूमिकामें करेंगे। अतएव धनवान दानी सज्जनोंसे मेरी नम्र प्रार्थना है कि वे इस फंडको यथायोग्य सहायता देकर पुण्यके भागी बनें।

वनस्पतिके आहारके पक्षमें दुनियाका ध्यान आकर्षित हो, कसाईके छुरोंसे जानवरोंके कठ न कटें, मांसाहारी बन्धु अनक बिमारियोंके पजोंसे बच जाँय, देशकी खेती बाड़ीका विकास हो, घी दूध सस्ता मिले और संक्षेपमें बात यहकि सारे हिंदुस्थानकी सुख-सम्पत्ति बढ़े, इस विचारसे यह पुस्तक तैयार की गई है और लोगोंमें मुफ्त बाट देनेके लिये रतलामवाले महाशय शेठ भूधरजी झवेरचंदकी पेढीवाले शेठ रत्नलालजीने यहि पुस्तककी १९,००० प्रतियां छपवाइ है. सबब यह फंड इस सज्जनका उपकार प्रदर्शित करनेमें मगरुर हुवा है, और १०,००० प्रतियां छपानेका खर्च फंडमेसी दे कर कुल २९,००० प्रतिकिं यह आवृति प्रकाशित की गई है। यहांपर श्री गिरीधरशर्मा, झालारा, पट्टनवालेने यह पुस्तकका गुजराती भाषासे हिंदिमें भाषांतर करनेका पंडित मि० तीकमचंद एल. जैनीकी हमारी तर्फकी विज्ञातिसे जो श्रम उठाया है इसके लीये में वो दोनुं सज्जनोका उपकृत हुवा हुं.

श्री जीव दया ज्ञान प्रसारक फंड ऑफिस,
३०९, सर्राफ बजार,
बंबई, नं. २.

लल्लुभाई गुलाबचंद झवेरी,
ऑनेररी मैनेजर,
श्री. जी द. ज्ञा. प्र. फंड, बंबई.

मनुष्यके योग्य कुदरती खुराक.

खुराक बडीही उपयोगी और आवश्यक चीज है। क्या राजा और क्या रंक. खुराककी आवश्यकता सभीको होती है! जैसे कोयलेकी आवश्यकता इंजनको होती है वैसेही खुराककी आवश्यकता देहको होती है। खुराक योग्य होतो है तो शरीर तेजस्वी और शक्तिवाला होता है और खुराक सृष्टिक्रमसे विरुद्ध होती है तो शरीरकी ठीक हालत नहीं रहती, इतनाही नहीं, उलटे भयंकर परिणाम निकलते हैं। जैसेः—रेल, स्टीमर, मिल, आदिके यंत्रोंको चलानेके लिये अमुक प्रकारके कोयलोंकी खास आवश्यकता होती है। यदि वहांपर कोयलोंको जगह लकडियां डाल दी जांय तो परिणाम क्या होगा? होगा यही कि काम सिद्ध न होकर यंत्र बिगडेंगे। औरभी देखिए कितनेही लालटेन ऐसे होते हैं कि जिनमें खोपरेका तेल जलाया जाता है। यदि इनमें खोपरेका तेल न जलाकर घासलेटका तेल जलायगे तो ये लालटेन बहुत कम समयतक काम देंगे और अन्तमें सर्वथा खराब हो जांयगे। स्टाव नामके चूल्हेका आजकल खूब उपयोग होता है। उसके बर्नरको स्पिरिटसे गरम किया जाता है। यदि कोई स्पिरिटसे गरम न कर उसे घासलेटके तेलसे गरम करेगा तो वह कुछ अर्से तक काम तो देगा परन्तु जल्दी खराब हो जायगा। इन सांधेसाधे उदाहरणोंसे यह बात साफ हो जाती है कि जिसके लिये जैसी खुराक चाहिए वैसीही उसे दी जानी चाहिए।

जैसे इन निर्जीव यंत्रोंके लिये योग्य खुराककी आवश्यकता है वैसेही सजीव यंत्रोंके लियेभी, जीवनको अछी तरह कायम रखनेके लिये, योग्य खुराककी पूरी पूरी आवश्यकता है। यह सिद्धान्त अवश्य माननीय है। श्वास लेते हुए प्राणीः—मनुष्य, हाथी, घोडे, गाय, बैल, कुत्ते, बिल्ली, सेर, बघेरा, पशुपंछी वगैराके लियेभी योग्य खुराककी आवश्यकता है। परम कृपा परमात्माने जो प्रकृतिने जिसे जैसी चाहिह वैसाही खुराक उसकेलिये मुकरी कर दी है। हम बारीकीके साथ देखेंगें तो हमें मालूम होगा कि हाथी, घोडे, गाय, बैल, वगैरा प्राणी केवल वनस्पतिकी खुराक पर आपना जीवन व्यतीत करते हैं। कुत्ते, सेर, बघेरे, वगेरा और कितनेही पशु पक्षी, मुख्यकर मांसपर आपना गुजरान चला सकते हैं। क्योंकि कुदरतने दोनों प्रकारके प्राणियोंकी शरीर-रचनाही ऐसी बनाई है। घोडे वगेरा जानवर–जिनका निर्वाह मुख्य कर वनस्पति परही हो सकता है–उनके शरीरकी रचनाही ऐसी है कि वे वनस्पतिकेही आहारको आसानीसे पचासकें। परन्तु मांसाहारी जानवरोंको कुदरतने ऐसे बनाये हैं कि वे बिना किसी हथियारकी सहायता के आपनी खुराक इकठी करसकते हैं। उनके नाखून और दांत ऐसे बने हुए हैं कि वे प्राणियोंको चट कर डालें। इन प्राणियोंमें ताकत ज्यादा होती है यह बात सही है परन्तु वह ताकत व्यर्थकी और तामसी होती है। वनस्पतिके खानेवालोंमें गंभीरता, भलाई, और सात्विकवृत्ति विशेष दृढ होती है परन्तु मांसाहारियोंमें

ये बात नहीं पाई जाती। मांसाहारी प्राणियोंकी अपेक्षा गाय, बैल, घोडे, भैंस, बकरी, आदि वनस्पतिके खाने वाले प्राणी विशेष लोकोपयोगी हैं। और सहनशीलभी हैं। मनुष्य समाज-की सेवा करनेवाले और विशेष उपयोगी प्राणी वनस्पतिके आहार करनेवाले दीपाये गये हैं।

मनुष्यजीवन बडा उपयोगी है। उसका आस्तित्व कायम रखने-केलिये शुद्ध, सात्विक और उपयोगी खुराककी खास जुरूरत है। मनुष्यके शररिकी रचना किसतरहकी खुराक लेनेके अनुकूल है, हम इस बातका सूक्ष्म दृष्टिसे अवलोकन करें। मनुष्य जातिके अनेक भाई वनस्पतिके साथही मांसकाभी उपयोग करते हैं, परन्तु इससे उनकी तन्दुरुस्ती बिगडती है। और वे बडे बडे भयंकर रोगोंके पंजोंमें फंसते हैं। इस बातको कुछ मैंही नहीं कहतां, बडे बडे विद्वान् डाक्तर–जिन्होंने सांइंस अर्थात विज्ञानशास्त्रको छान डाला, वनस्पति और मांसका पृथक्करण कर अनेक तत्त्व निकाले–यही बात कहते हैं और बेधडक होकर कहते हैं कि मांसाहार मनुष्यकी तन्दुरुस्तीको खराब करता है। विद्वान् विज्ञानशास्त्रियोंने यह बात सिद्ध कर दिखाई है कि मांसाहार गरमी और शक्ति देने वाला है ही नहीं। जो दुनिया इससे ऐसा मानती है वह भूल करती है। मांसाहार शरीरको पुष्टि नहीं देता, शक्ति नहीं देता, बल्कि रोगका घर बता देता है और कष्ट पहुंचाता है।

विलायतमें एक प्रसिद्ध विद्वान डाक्तर हैं। उनका नाम है मिस्टर जोनवुड। वे एम. डी. भी हैं। उन्होंने अपनी खोजका परिणाम लंडनके सुप्रसिद्ध पत्र The Herald of The Golden Age के नवम्बर १९०३ के अंकमें प्रसिद्ध किया है और उसमें सिद्ध करते हुए कहा है की:

I maintain that flesh eating is unnecessary unnatural and unwholesome में दावाकी साथ जाहेर करता हुं के मांसभक्षणकरना निरुपयोगी कुदरतके विरुद्ध और रोगोंके उत्पन्न करनेवाला है। मांसाहारकेलिये जब विज्ञानशास्त्री ऐसी राय देते हैं तब यही जान पडता है कि मानव शरीरकी रचना इस खुराकके प्रतिकूलही है। अब हम इस विषयमें एक के बाद दूसरा सिद्धान्त लेते हुए "सत्य क्या है"? इस बातका निर्णय करेंगे।

मानव मांसाहारके लिये हुआ है या नहीं इस बातका विचार करनेके लिये पहले हम शरीरकी बाह्य रचनापर ध्यान देते है। इस बातका विचार करनेके लिये हमें शरीरतारतम्यशास्त्र-अर्थात् कम्प्रेटिव एनाटोमी (Comprative anatomy) पर निगाह डालनी चाहिए। मशहूर प्रोफेसर बारनक्यूत्रीअर कहता है की:-

Comprative anatomy teaches us that man resembles the frugivorous animals in every thing and carnivorous in nothing.

The orang-outang perfectly resembles man, both in the order and in the number of his teeth.

The orang-outang is the most anthropomorphic (manlike) of the ape tribe, all of whom are strictly frugivorous.

(Sd.) PROF. BARON CUVIER,

Lacond, anatomie comprative.

भग प्राणियोंके शारिरिक तारतम्य देखनेसे जान पडता है कि मनुष्य फलाहारी प्राणियोसें हरेक प्रकारसे मिलता जुलता है और मांसाहारियोंसे किसीतरहसी नहीं मिलता * * *

ओरेंग उटेंगके दांत उनकी व्यवस्था और गिनती मनुष्यके दांतोंसे पूरीपूरी मिलती है * *

ओरेंग उटेंग एक जातिका बन्दा है वह फलाहारी है और मनुष्यसे बिल्कुल मिलता जुलता है.

(सही) प्रोफेसर बारन क्यूवीअर

लेकोंड एनाटोमी कम्प्रेटिव.

ओरेंग उटेंग और मनुष्योंके दांतोंका मुकाबला करके विज्ञानशास्त्रने यह सिद्ध कर दिया है कि मनुष्य ओरेंग उटेंगसे मिलता जुलता प्राणी है। ओरेंग उटेंग वनस्पतिका आहार करता है। मनुष्य विकासपाया हुआ ओरेंग उटेंग ही है। क्या विकास कायह फल होना चाहिए कि मनुष्य पीछा हटे। यह तो सृष्टिक्रमके विरुद्ध बात है। यह मेरा कहना कुछ तर्कशास्त्रके

विरुद्ध नहीं है। विकासपाई हुई मनुष्य जातिका तो स्वाभाविक आहार फलहीं होना चाहिए।

मनुष्य जातिकी योग्य खुराक क्या है इसका निर्णय करनेका काम मनुष्योंकाही है। जिस खुराकसे तन्दुरुस्ती, वीर्य, उच्च वृत्तियां और सच्ची सज्जनता कायम रक्खी जासकें, जो खुराक गृहप्रबन्ध शास्त्रकी दृष्टिसे सस्ती और खूब फायदा करनेवाली हो और जिस खुराकके प्राप्त करनेमें किसीभी प्राणीकी प्यारी जानको कुछभी तकलीफ न हो वही खुराक मेरी रायमें प्रत्येक मनुष्यके लिये ठीक है। आशा है कि प्रत्येक विचारशील मनुष्य इस बातका अनुमोदन करेंगे।

जितने विवेकी पुरुष हैं उनका सभीका प्रायः ऐसाही विचार है कि मांसाहार मनुष्यके लिये नही हैं। मांसाहार करनेसे मनुष्य कुदरतके नियमको तोडता है और इसके फलमें अनेक बीमारियोंका दंड भुगतता है। इसके उदाहरण फिर देंगे। यहांपर हम पहले इस बातको प्रमाणित करते हैं कि मिस्टर जानवुड एम. डी. ने जो मांसाहारको निरुपयोगी कुदरतके विरुद्ध और रोगोंको पैदा करनेवाला बतलाया है सो ठीकही बतलाया है। इसमेंसेभी हम पहले इस बातको बतलाते हैं कि वह निरुपयोगी क्यों है? जो खुराक कुदरतके विरुद्ध और रोगोत्पादक हो वह निरुपयोगी नहीं है तो और क्या है। जिससे कोई लाभ न हो और

जिसके सम्पादन करनेमें व्ययभी अधिक पड़े यदि वही खुराक निरुपयोगी नहीं तो और कौनसी खुराक निरुपयोगी होगी। अब हम यह देखते हैं कि मांसाहार कुदरतके खिलाफ है या नहीं:—

"The teeth of man have not the smallest resemblence to those of the carnivorous animals, except that their enamal is confined to the external surface. He possesses indeed, teeth called canine, but they do not exceed the level of the others, and are obviously unsuited to the purposes which the corresponding teeth execute incarnivorous animals. In the proper carnivorous animals the alimantary canal is very short and thus we find, that whether we consider the teeth and Jaws or the immediate instruments of degestion the human structure closely resembless of the smiae (apes), all of which in their natural state, are completely herbivorous."

(Sd.) PROF. WILLIAM LAWRENCE F. R. S.

Professor of Anatomy and surgery to the Royal college of surgeons.

अर्थात् मनुष्यके दांत जिस ओरसे देख पडते हैं उस औरकी चमकके सिवाय मांसाहारी प्राणियोंके दांतोंसे बिल्कुल नहीं मिलते। यह सच है कि मनुष्यकेभी दांत हैं परन्तु वे और दांतोंसे समानतामें अलहदा नहीं हो जाते। मांसाहारी प्राणियोंके दांत जो काम करसकते हैं मनुष्यके दांत उस कामके

करने योग्य नहीं है। केवल मांसाहार करनेवाले प्राणियोंकी "एली मेन्टरी कनल" बहुत छोटी होती है। दांत और जबडियोंको देखिएगा या पाचन शक्तिके यंत्रोका विचार करियेगा तो सहजमें मालूम हो जायगा कि मनुष्यका आन्तरिक शरीर बिल्कुल बन्दरके शरीरसे मिलता है और वह बनस्पतिके आहार करनेवाला प्राणी है।

(सही) प्रोफेसर विलियम लॅारेन्स
प्रोफेसर अनाटोमी एंड सर्जरी टू दि
रायल कालेज आफ सर्जन्स.

"It is I think, not going too far to say that every fact connected with the human organization goes to prove that man was originally formed a frugivorous animal. This opinion is derived principally from the farmation of his teeth and digestive organs, as well as from the character of his skin and the general structure of his limbs."

(Sd.)PROF. SIR CHARLES BELL F.R.S.
Anatomy Physiology and Diseases of teeth.

"मैं खयाल करताहुं कि मनुष्य शरीरकी रचना इस बातको पुकार पुकारकर कह रही है कि मनुष्य वास्तवमें फलाहारी प्राणी है। इस बातमें कुछ अतिशयोक्ति नहीं है। मेरी यह

सम्मति, मनुष्यके दांत, मनुष्यका पाचन यंत्र (होजरी) मनुष्यकी त्वचा और मनुष्यकी साधारण शरीरकी कांठीके देखनेसे मुख्यतया हुई है।

(सही) प्रोफेसर सर चार्ल्स बेल
अनाटमी, फिजियालाजी, एंड डिजीज आफ दी टीथ.

"The body of man and that of the anthropoids are not only particularly similar" says Haeckel, "but they are practically one and the same in every important respect. The same 200 bones in the same order and structure, make up our inner skeletons, the same 300 muscles affect our movements; the same hair clothes our skins; the same four-chambered heart is the central pulsometer in our circulation; the same 32 teeth are set in the same order in our Jaws; the same salivary, hepatic and gastric glands compass our degetion; the same reproductive organs ensure the maintenance of our race."

(Sd.) PROF. J. HOWARD MOOR
Chicago university.

अर्थात्:—हेकल कहता है कि मनुष्य और बन्दरका शरीर बहुत ही भिन्नता है। इतनाही क्यों विज्ञान इस बातको सिद्ध करता

है कि ये दोनों एक ही श्रेणीकें प्राणी हैं। मनुष्यमें और बन्दरोमें, शरीरके भीतर २०० हड्डियां एकही तरकीबसे आई हैं। ३०० नसें एकसाही हैं। त्वचापर रोमावली एकसा आती है। चौखूंटा दिल जिसमें होकर नाडियोंमें रक्तका प्रवाह होता रहता है बन्दर-कीतरहही मध्य भागमें आयाहुआ है। जबाडियां बन्दरकी जैसी ही है और बत्तीसों दांत उसी तरकी बसे हैं जैसे बन्दरकें होते हैं। प्रजोत्पादक अवयव–जिनसेकि मनुष्यजाति अस्तित्वमें रहती है–वैसेही हैं

(सही) प्रोफेसर जे. हावर्ड मूर
चिकागो यूनीवर्सिटी.

It has been truly said that man is frugivorous. All the details of his intestinal canal, and above all, his dentition, prove it in the most dicided manner.

(Sd.) DR. F. A. POUCHET.

अर्थात्ः-यह बात सच्ची ही कही गई है कि मनुष्य फलाहारी है। उसकी अंतडियोंकी बारीकीके साथ देखभील करनेसे और इन सबके सिवाय उसके दांतोकी रचनासे साफ तोरपर ऊपर कही हुई बात सिद्ध हो जाती है।

डाक्टर एफ. ए. पौचेठ.

ऊपर मांसाहारी प्राणी और मनुष्यके अवयवोंका मुकाबला करके यह सिद्ध किया गया है कि मनुष्य फलाहारी है। इस जगह पर कोई प्रश्न करेगा कि मनुष्य केभी खूंटे वडाढें यानी राक्षसी दांत (Canine teeth) होते हैं फिर वह मांसाहारी क्यों नहीं माना जाय परन्तु मुझे इस बन्धुसे कहना है कि मनुष्यके खूंटे वडाढें वस्तुके अछी तरह टुकडे करने व पीसनेके लिये हैं। हम इन दांतोंसे किसी चीजको चीज फाड नहीं सकते। परन्तु मांसाहारी प्राणी जिनके ये राक्षसी दांत होते हैं वे इनके जरियेसे विना किसी शस्त्रकी सहायताके और जानवरोंके मांसको फाड तोड सकते हैं। राक्षसी दांत यह नाम उन्हींके दांतोंके लिये ठीक मोजूं है, मनुष्यके दांतोंके लिये नहीं; क्योंकि मनुष्य बिना किसी हाथियारकी मददके किसी जानवरको काटकूट कर नहीं खा सकता। मनुष्यके दांतोंको–खूंटे व डाढोंको मांसाहारके लिये बतलानेवाले मनुष्य भूल–करते हैं। प्रोफेसर विलियम लारेंस एफ. आर. एस. ने एडीनबर्गमें विद्वानोंकी सभा हुईथी उसमें–शारीरिक तारतम्य शास्त्रपर व्याख्यान देते हुए दांतोंका मुकाबला किया था और वैसाही सिद्धान्त किया था जैसा कि हमने ऊपर बयान किया है.

मिस्टर त्रिभुवनदास लहरचन्द शाह एल. एम्. एंड एस. ने एक पुस्तक लिखी है। उसका नाम है "वनस्पति आहारथी थता फायदा अने मांसाहारथी थता गैर फायदा"। यह पुस्तक गुजरातीमें है। और जीव दया ज्ञान प्रसारक फंडसे [illegible] कापियां

छापवाकर प्रसिद्ध की गई है। इस पुस्तकमें दांतोंका मुकाबला तो किया दी गया है परन्तु इसके सिवाय यहभी बतलाया गया है कि मांसाहारियोंके दांतोंमें कैसे दुख दरद हो जाते हैं। इस पुस्तकका लेखक कहता है कि :—

प्रकृतिने मनुष्यके दांत कैसे बनाये हैं यदि इस बातका विचार हम करें और सूक्ष्म दृष्टिसे करें तो यह बात अच्छी तरह सिद्ध की जासकती है कि हमारे दांत चीरफाडकर खाये जानीवाली खुराकको अपेक्षा चबाचबाकर खाइ जा सके ऐसी खुराकके योग्य बने हुए हैं। हम खुराक खानेमें कुदरतको जितनी दूर करेंगे उतनीही हमें तकलीफ उठानी होगी। मांसाहारियोंके दांत इसी लिये दूधसे सफेद न होकर पीले हो जाते हैं। उनमें दुर्गन्ध आने लगती है वेढीले हो जाते हैं। वे नीचेकी ओरसे सड़ जाते हैं। ऐसे लोगोंको बनावटी दांत पहननेकी आवश्यकता जल्दी पड़ती है। फलाहारी मनुष्य कठिन वस्तुको जितनी आसानीसे चबा सकता है। (जैसे सांढेको दांतोंसे ही छीलकर चबाना) मांसाहारी नहीं चबा सकता। अमेरिका एक मांसाहारी देश है वहांपर छोटी छोटी अवस्थामें कृत्रिम दांतोंका उपयोग होने लगा है। वहांपर दांतोंकौ साफ रखने और मजबूत करनेके लिये हजारों क्या, लाखों स्पेसिफिक (Specific) बाजारोंमें बिकते हैं। इससे क्या सिद्ध होता है ? यहीन कि यह प्रकृतिके विरुद्ध आचरण करनेकी दंड है। औरभी सोचिए दांतोंके निर्बल हो जातेसे

खानेकी वहलज्जुत—भोजनका वह स्वाद नहीं रहता, मांसाहारी ऐसे मजेसे जल्दी ही हाथ धो बैठते हैं। जब भोजनमें अच्छा आनन्द नहीं आता अर्थात् भोजन स्वाद लेते हुए अच्छी तरह चबारकर नहीं कियाजाता तब वह अच्छी तरह पचता नहीं है और भोजनके न पचनेसे शरीर बिमारियोंका घर होजाता है। चरबी बढ जाती है, कब्ज़ हो जाता है दस्त लग जाते हैं और भांतिभांतिकी उदरव्याधियां हो जाती हैं।

जैसे दांतोंके कारण हाजरी और पेटके दर्द होते हैं वैसेही गलेकी बीमारियांभी हो जाती हैं। अतएव मांसाहारी मनुष्योंमें गलेके और कागलेके जैसें दुख दर्द देखेजाते हैं वैसे फलाहारियोंमें नहीं। ये बीमारियां जैसी यूरोपियन प्रजामें होती हैं ऐसी हिन्दू प्रजामें नहीं होतीं।"

इन बातोंसे सिद्ध होता है कि मांसाहार अनावश्यक है और सृष्टिक्रमकेभी विरुद्ध है। सृष्टिक्रमके विरुद्ध खुराक खानेसे उसका परिणाम क्या होता है? इस विषयमें डाक्टर जोसिया ओल्ड फील्ड डी. सी. एल., एम. ए., एम. आर. सी. एस., एल. आर. सी. पी. कीराय यह है:—

"Flesh is unnatural food and therefore tends to create functional disturbances. As it is taken in modern civilization it is affected with such terrible diseases (readily communicable to man), as Cancer, Consumption, Fever, Intestinal Worms &c., to an

enormous extent. There is little need of wonder that flesh eating is one of the most serious cause of the diseases that carry of ninety nine out of every hundred people that are born."

DR. JOSIAH OLD FIELD D. C. L., M. A,
M. R. C. S., L. R. C. P.
(Senior Physician Lady Margaret,
Hospital, Bromley).

अर्थात्:—मांस सृष्टिक्रमके विरुद्ध खुराक है। इसीसे इसके खानेसे शरीरके भागोंमें कितनीही बीमारीयां हो जाती हैं। इस सभ्यताके समयमें वह खायाजाता है। इससे मनुष्योंको नासूर, क्षय, ज्वर और अंतडीकी भयंकर बीमारियां हो जाती हैं। सृष्टिमें पैदा होते हुए १०० मनुष्योंमेंसे ९९ मनुष्य मांसाहारसे होती हुई बीमारीसे मरते हैं!!! यह कुछ अचंभेकी बात नहीं है।

डा० जोसिया ओल्डफील्ड डी. सी. एल., एम. ए.,
एम. आर. सी. एस., एल., आर. सी. पी.
(सीनियर फीजीशियन लेडी मार्ग्रेट हास्पिटल ब्रामली.)

I was contending that from the confirmation of our teeth we do not appear to be adapted by Nature to the use of a flesh diet, since all animals whom Nature has formed to feed on flesh have their teeth long,

conical, sharp, uneven and with intervals between them—of which kind are lions, tigers, wolves, dogs, cats, and others. But those who are made to subsist only on herbs and fruit have their teeth short, blunt, close to one another, and distributed in even rows.

PROF. PIERRE GASSENDI.

मेरे दांतोंकी रचना मेरे मनके साथ प्रति दिन शास्त्रार्थ करतीथी कि कुदरतने हमें मांसाहारकेलिये नहीं बनाया है। क्योंकि कुदरतने जिन प्राणियोंको मांसाहारी बनाया है। उनके दांत लम्बे, तीखे, नोकवाले, शंकुके आकारसे और छेटीवाले बनाये हैं। सेर, चीता, बघेरा, कुत्ता, बिल्ली, जो मांस खानेवाले प्राणी हैं, उनके दांत ऐसेही है। परन्तु जो प्राणी शाकभाजी फलफूल पर गुजरान करनेवाले हैं उनके दांत छोटे, बेनोकवाले, पासपास मिडे हुए और एक पंक्तिमे जमे हुए होते हैं।

प्रोफेसर पीअर गेसेंडी.

मांसाहार कुदरतके खिलाफ है इस विषयमें हमने विद्वानोंकी रायें ऊपर लिखदीं। औरभी बहुतसे विद्वानोंकी ऐसीही रायें हैं। हम उन्हें यहां देकर पढनेवालोंको कष्ट देना नहीं चाहते। अब हम यह बतलाना चाहते हैं कि मांसाहारियोंसे फलाहारी आरोग्य, ज्ञान और अन्यान्य शक्तियोंमें कम नहीं होते। परन्तु इस बातके बतलानेके पहले ज़ोरके साथ इस बातको हम फिर लिखे देते है

कि मांसाहार सृष्टिक्रमसे विरुद्ध (unnatural) है और अनावश्यक (unnecessary) है, अतएव समझदार मनुष्योंके छोड देने लायक है।

मांसाहार सृष्टिक्रमके विरुद्ध है यह बात हमारे इस मुक़ाबला करनेपरभी जो पढनेवाले सज्जनोंके हृदयमें न जमती हो तो उन्हें थोडेसे सफे आगे चलकर पढनेपर मालूम होजायगा कि यह बात सही है। इतनाही क्यों मांसाहार करनेवालोंकी अपेक्षा फलाहारी कितनेही बिकट कामोंको कर सकते हैं और भयंकर रोगोंके पंजोंमें नहीं फसते।

मांसाहारकी अपेक्षा फलाहारमें शारीरिक और मानसिक शक्तियोंके विकास करनेका विशेष गुण है।

कितनेही लोग इस खियालके हैं कि मांसाहारसे मनुष्यका शरीर जोरावर होता है और मनुष्यमें काम करनेकी ताकत बढती है। ये लोग केवल शारीरिक शक्तिकेलिये ही नहीं कहते बल्कि मानासिक शक्तिके बढनेकाभी केहत हैं क्यौंकि दिमागी ताकत बढनेका आधार शरीरकी तन्दुरुस्तीपर निर्भर है। परंतु यह मत सही नहीं है। शारीरिक शास्त्रके सूक्ष्म अभ्यास करनेपर साफ तोरपर मालूम हो जाता है कि वनस्पतिके आहारसे तन और मन दोनोंकी शक्तियोंका आश्चर्यकारक विकास होता है। इस विषयमें हम जिन विद्वानोंके नाम उपर गिनाराये, उनकी तो सम्माति है ही; इतके

सिवाय इसरे एक जगत्प्रसिद्ध डाक्टरने अपना निजका अनुभव प्रकट किया है। इस बातको ऐतिहासिक रीतिसे प्रमाणित करनेके लिये उन्होंने जापानका दृष्टान्त दिया है। उसके पढनेसे यह बात जंच जाती है कि मांसाहार निरूपयोगी है—अनावश्यक है। थोड़े ही समय पहले जापान ने रशियाको खूब पछाडाथा यह बात लोकवृत्तज्ञोंसे छुपी हुई नहीं है।

"I have been a vegitarian for about 13 years and during that time have found that my faculies were better than before, and my health has been excellent. I have found no disadvantage, but every advantage in being a vegitarian.

Scientists are coming to the conclusion that there are in meat certain things which are absolutely poisonous.

The distinguishing character of vegitarians is their power of endurance.

I do not think that you would have any better example of the error people have made in thinking that meat and beer make good fighting men, than in the present war which Japan is carrying on.

DR. G. F. ROGERS M. D.

Meeting at Cambredge,

May 12th 1905.

अर्थात्:—मैं १३ वर्षसे फलाहारी हो गया हूं। पहलेसे मेरी बुद्धि बढ गई है। मेरी तन्दुरुस्ती बहुत अच्छी है। इस कामसे मुझे कोई नुकसान नहीं हुआ। नुकसान होना दूर रहा लेकीन फलाहारी होनेसे मुझे लामही लाभ हुए हैं।

साइंस यानी विज्ञान शास्त्रके पंडित इस बातपर सहमत होते जाते हैं कि मांसमें अमुक तरहका जहर होता है × × ×

फलाहारियोंमें सहनशीलता अवश्य होती है × × × मेरे खियालमें आपके साम्हने इससे अच्छा उदाहरण हो नहीं सकता कि जापान जो लडाई इस समय लड रहा है वह इस बातको सिद्ध कर रही है कि दारू व मांस खानेसे अच्छे सिपाही नहीं होते। दुनियाकी समझ इस विषयमें भ्रम पूर्ण है।

डा० जी. एफ. राजर्स एम. डी.

(ता० १२ मई १९०५ केम्ब्रिजमें हुई सभा.)

डा० राजर्सका मत हमारे पढनेवाले देख चुके। अब हम केप्टन गोर्ड ई. डायमन्डका—जिनकी तसवीर इस पुस्तकमें दी गई हैं—कुछ हाल सुनाते हैं। इनका चित्र सन् १९११ में अमेरिकासे प्रसिद्ध होते हुए दी गुड हेल्थ (उत्तम स्वास्था) नामक मासिक पत्रके एप्रिलके अंकमें प्रसिद्ध हुआ था। उस समय इनकी उम्र ११४ वर्षकी थी। ९१ वर्षसे वनस्पतिका

आहार करने लग गये थे। उस पत्रमें केप्टन साहिबका जीवन चरित छपा है। जीवनीका लेखक कहता है कि वास्तवमें केप्टन साहिब वैसेही हैं जैसा वे अपनेको कहते हैं। उनकी अवस्था ११४ वर्षकी है। वे बिल्कुल तन्दुरुस्त हैं। वे दौड लगाने, कूदने और अपने पैरको माथेतक उछालनेकी शक्ति रखते हैं। उम्दा जीवन किसे कहते हैं इसका प्रत्यक्ष उदाहरण केप्टन महाशय हैं। १९०७ ई. में जब केप्टन साहिब १११ वर्षके थे तब उनकी डाक्टरी परीक्षा की गईथी। उसवक्त उनकी तन्दुरुस्ती ऐसी अच्छी मानी गई कि यह निश्चयहभी किये कब मरेंगे। सन् १९०२ में जब उनकी अवस्था १०६ वर्षकी थी तब वे दिसम्बरके महीनेमें नोजवानोंको ल्यासमें खडे होकर समझाते थे कि शारीरिक बल किसतरह सुधाराजाय। Macfadden's Physical Developement Magazine में इस वयोवृद्धके चित्र सात दफे प्रकाशित हुए। इन चित्रोंमें भांतिभांति के दृश्य हैं। कहीं केप्टन मल्लयुद्ध करते हुए हैं। कहीं साइकिलपर बैठकर आ रहे हैं। कहीं सीना निकाल कर पहलवानोंकी तरह खडे हैं और कहीं भांतिभांतिकी कसरतें दिखला रहे हैं। ये सब मांसाहार-को परित्यागकर संयमसे रहनेका प्रताप है। यदि मनुष्य मांसाहार-को छोड दे तो उसे कितनेही लाभ होसकते हैं यह हमारे पढने-वाले सोचें।

यद्यपि हमने ऊपर केप्टन साहिबका उदाहरण दिया है परन्तु हम यह अपने पढनेवालोंको विश्वास नहीं दिलाते हैं कि वनस्पतिका आहार करनेवाले इतनी अवस्था पावेंहीगे तथापि इतना तो मुक्त कंठसे अवश्य कहते हैं कि वनस्पतिका आहार करनेवाली प्रजा मांसाहारी प्रजासे तन्दुरुस्तीमें कम नहीं रहती और कितनीही बातोंमें तो बहुतही श्रेष्ट होती है।

ऊपर मैंने अनेक विद्वान डाक्टरोंके मत दिखला दिये हैं। ये विद्वान् जबानी सम्मति देकर चुप न होरहे । इन्होंने विज्ञानके बलसे वनस्पति और मांसका पृथक्करण (Analysis) करके बड़ी सूक्ष्मतासे देखा है । इस देखाभीलीसे उन्हे वनस्पतिके उत्तम गुणोंका विश्वास होगया है तब कहीं दुनियाके साम्हने अपना दावा पेश किया है ।

उस पृथक्करणको हम अपने पढने वालोंके हितार्थ यहांपर लिखिते हैं । इसके पढनेसे मेरे विचारमें उनका मत वनस्पति आहारके अनुकूल होगा और मांसाहारी सज्जन मांसकी कमीको जान जांयगे तो अवश्य उसे छोड देंगे । वह पृथक्करणका कोष्ठक (Table) यह है:—

मांस औंर वनस्पतिके पृथक्करणाका कोष्टक (Table).

जाति.	नं.	वस्तुका नाम.	जल.	मांस बनाने वाला तत्व.	चिकनाई.	मिठाई.	क्षार.	पौष्टिक तत्व.
धान्य.	१	गेहूं.	१३·५	१३·८	१·९	६९·१	२·०	९८·०
	२	चावल.	१२·४	७·६	०·९	६८·९	१·२	९८·१
	३	चने.	१०·४	१५·६	६·११	६३·६	३·०	१२४·३
	४	मक्का.	१३·१०	९·८५	४·६०	६८·५	१·५	१००·६
	५	तूवर.	९·०	२१·९	१·६	६४·६	२·९	१०१·०
	६	मसूर	१२·०	२५·०	१·९	५८·३	२·८	९९·५
	७	मूंग.	९·९	२५·५	२·८	५५·७	३·२	११८·७
	८	वटाणे.	९·५	२४·६	१.०	६२·०	२·९	१०१·०
	९	गुवारफली.	११·८	२९·९	१·४	५३.९	३·१	९७·७

शाकभाजी.	१०	बाल्होल.	११·१	२३·७	०·२	५५·६	३·७	९५·८
	११	भिंडी.	१५·०	८·८	५·०	७०·५	०·६	१२१·६
	१२	कोल्हा.	७५·०	२·२	०·२	२१·६	१·०	१५·०
	१३	टमाटर.	९२·४	१·६	०·३	४·१	०·६	७·२
	१४	कांदा.	८६·०	१·७	०·१	१०·८	०·७	१४·४
	१५	भाजी.	८८.५	३·५	०·६	४·२	२·०	१०·२
	१६	गाजर.	८६·५	१·२	०·३	९·२	०·९	१२·५
दूध.	१७	भैंसका दूध.	८४·१०	४·०	७·१	४·०	०·८	२८·९
	१८	पनीर.	२७·५६	४४.०८	१५·९५	—	५·७२	१००·८
फळ.	१९	खोपरा.	१५·०	५·७	५०·६	२७·९	१·७	१६५·९
	२०	केले.	७५·१	१·३	०·६	२२·०	०·९	२८·१
	२१	अंजीर.	७९·६	१·५	—	१७·९	०·६	२१·८
मांस.	२२	मटन.	७०.०	१४·५	१४·७	—	०·८	५३·८
	२३	मुर्गी.	७४·०	२१·०	३·८	—	०·८	५३·६
	२४	मछली.	८६.०	११·९	०·२	—	१·२	१४·०
	२५	अंडे.	७४.०	१४.०	१०·५	—	१·२	४३·४

पृथक्करणके कोष्टकको देखनेके बाद मांस भक्षियोंका यह प्रश्नही तहीं खडा रहता है कि अन्नादिमें पोषकतत्त्वही नही है। क्योंकि रसायण विद्याके (Chemestry) आधारपर हम यह सिद्धकर चुके हैं कि अच्छा क्या है मांस या वनस्पति ऊपर लिखे हुए कोष्टकोंके देखनेसे माछम हो जायगा कि वनस्पतिमें कितना पौष्टिक तत्त्व है। उससे जाना जाता है कि कौनसा तत्त्व, किस पदार्थमें, कितना, प्रत्येक सो भागमें (Percentage) है?

इस कोठेमें बतलाये हुए Protied का गुण मांस बनानेका है। क्षार (Salts), ज्ञानतंतु, हड्डी और दांतोंके लिये आवश्यक है। स्टार्च मिठाई, चिकनाई वगैरा शरीरको काम करनेकी शक्ति देते हैं और गरमी पैदा करते हैं।

इस कोष्टकके देखनेसे मांस और वनस्पतिके पदार्थोंके गुण दोष माछम हो जाते हैं। मांसाहारी होनेसे नासूर, (Concer) क्षय (Tuberculosis) और अंतडीकी बीमारियां (Appendiciti) हो जाती हैं। इस विषयमें, विद्वान् डाक्टरोंकी बहुतसी रायें हैं और उन्हें प्रकट करनेकी हमारी इच्छाथी परन्तु स्थल संकोचके कारण हम अपनी इच्छाको काममें न ला सके। इन बीमारियोंमेंसे नासूर और अतडीकी बीमारोंके लिये तो अस्त्र चिकित्साकी (चीराफाडी करनेका) तक नोबत गुजरती है और फिरभी रोगीको आराम नहीं होता। यदि इन्हीं बीमारोंका मांस छुडा दिया जाता है और वनस्पतिकी खुराक दी जाती है तो वे

बिना चीराफाडीके आराम होने लगते हैं, वनस्पति ऐसी उत्तम चीज है। नासूरके दर्दका जिक्र करते हुए इग्लेंडके प्रसिद्ध डाक्टर रावर्टबेल एम. डी., एफ. आर. एफ. पी. एस. ने The cancer scourge and how to destroy it नामके पुस्तकमें लिखा है कि प्राण घाती नासूर केवल इग्लेंड और वेल्समें प्रतिवर्ष तीस हजार मनुष्योंको स्वाहा करजाता है। सारे जहांनमें २,५०,००,००० दो करोड, पचास लाख, मनुष्य हर साल इस बीमारीके मारे मर जाते हैं। डा. रावर्ट बेलने अपने ग्रन्थमें अनेक चित्र दे देकर इस बीमारीका अच्छी तरह खुलासा किया है। और उन्होंने इस बीमारीके रोगियोंको वनस्पतिके आहारकीही सलाह दी है। एक दुसरे डाक्टरने डाक्टर रावर्ट बेल महाशयके आविष्कारकी बडी दिल्लगी उडाई। डाक्टर बेल महाशयने उस दिल्लगी बाज डाक्टरको कोर्टमें घसीटा। तहकीकात होनेबाद कोर्टने उस दिल्लगी बाज डाक्टरसे डा० रावर्ट बेलको दो हजार पाउंड यानी तीस हजार रुपया हर्जानेका दिलवाया, इस प्रकार मांसाहार रोगकी खान सिद्ध हो चुका। इसमें कुछभी सन्देह बाकी न रह गया।

उपर जो हमने विशेषकर यूरोप और अमेरिकाके विद्वानों-के ही वचन दिये हैं इसका कारण यही है उन लोगोंका कहना इस समय विशेष प्रामाणिक समझा जाता है। क्योंकि डाक्टरी सम्बन्धी जो पदवियां भारतमें नहीं प्राप्त होतीं वे डिगरियां वलायतमें मिलती हैं। और एक बात है: वे लोग मांसाहारी देशमें उत्पन्न हुए हैं और उनका मांसाहारके अनुकूल होना स्वाभाविक है परन्तु जब वे अच्छीताह अनुसन्धान

कर मांसाहारकी हानिया प्रकट करते हैं तो वे सत्यही कहते हैं, पक्षपात नहीं करते। हमारे भारत वर्षमेंभी विद्वान डाक्टर इस रायके माननेवाले हैं। डाक्टर सर भालचन्द्र कृष्ण नाइट जेपी. बडे भारी विद्वान हैं। अनुभवी पुरुष हैं। एल. एम. हैं इनकी रायमेंभी मांसाहार निरुपयोगी है। यह बात इनके उस व्याख्यानसे मालूम हुई कि जो इन्होने ने जीव दया ज्ञान प्रसारक फंड मुम्बईके प्रथम वार्षिकोत्सवके समय १२-८-११ के दिन सभा पतिकी हैसियतसे दियाथा।

अन्तमें इतना लिखकर हम इस पुस्तिकाको पूर्ण करते हैं कि हमने इसे किसी स्वार्थके विचारसे नहीं लिखा। केवल परमार्थसे प्रेरित होकर लिखा है मांसाहारको मनुष्य जाति परित्याग करे और तन्दुरुस्त रहे। गरीब प्राणियोंकी हत्या नहो, भारतकी खेती बाडीके साधन बढें और सबसे बढकर मनुष्यकी सात्विक वृत्तियां उदय पावें यही उद्देश हमारा है। इसी उद्देशकी सिद्धिके लिये हमने अपना श्रम, समय और धन इस पुस्तकके बनाने और प्रकाशित करनेमें लगाया है। यदि विवेकशील पढनेवालोंका ध्यान इस आवश्यक विषयकी ओर जायगा तो हम अपने कामको सफल समझेंगे। शान्ति! शान्ति!! शान्ति!!!

जामे जमशेद प्रिंटींग वर्कस्, (बेलार्ड हाउस, मेंगलोर स्ट्रिट, कोट, मुंबई) में माणेकजी नवरोजी प्रींटरने छपा है.